16.039 Zemiaky varené - nové
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
zemiaky nové	19,00	15,20	24,00	19,20	32,00	25,60	37,00	29,60
soľ	0,08	0,08	0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
rasca	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02	0,04	0,04
petržlenová vňať	0,05	0,03	0,05	0,03	0,10	0,07	0,10	0,07
hmotnosť porcie v g	120		150		210		250	

Receptúra

Výrobný postup
Očistené, umyté zemiaky dáme variť do vriacej osolenej vody. Pridáme rascu a uvaríme do mäkka. Uvarené zemiaky posypeme očistenou, posekanou petržlenovou vňaťou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	Vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	582	140	3,07	0,3	0,00	30,0	0,9	19,3	1,4	0,003	0,1	0,1	28,7	0,0
B	736	177	3,88	0,4	0,00	38,0	1,2	25,1	1,7	0,003	0,1	0,1	36,1	0,0
C	981	236	5,17	0,5	0,00	50,6	1,6	33,2	2,3	0,008	0,2	0,1	48,7	0,0
D	1138	273	6,00	0,6	0,00	58,6	1,9	38,6	2,7	0,008	0,2	0,1	56,1	0,0